



Champignon-Steinpilz-Risotto

mit Salat von dreierlei Bete



30-40min



3-4 Personen

Wir sind riesige Risottofans! Heute geben wir dem lecker-cremigen Reisgericht durch frische Champignons und getrocknete Steinpilze ein herrlich rustikales Aroma. Dazu servierst du einen würzig-knackigen Salat aus dreierlei Bete – der ist nicht nur reich an Vitaminen und Nährstoffen, sondern auch so richtig schön sonnig bunt, das Auge isst schließlich mit! Mmmh, wir freuen uns schon, endlich loszulöffeln ...

Was du von uns bekommst

- 2 Zwiebeln
- 2 Knoblauchzehen
- 2 Packungen Champignons
- 400g Risottoreis
- 10g frische Petersilie
- 3 Stückchen Hartkäse^{3,7}
- 2 Päckchen Steinpilzpulver
- 2 Rote Beten
- 2 gelbe Beten
- 2 Chioggia-Beten
- 2 Päckchen Gemüsebrühgewürz

Was du zu Hause benötigst

- Essig
- Salz und schwarzer Pfeffer
- Zucker
- Olivenöl
- Butter⁷

Küchenutensilien

- große Pfanne
- Messbecher
- Wasserkocher
- Küchenreibe
- Sparschäler

Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

Allergene

Eier (3), Milch (7). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 632kcal, Fett 12.2g, Kohlenhydrate 110.5g, Eiweiß 17.6g



1. Zutaten vorbereiten

Die **Pilze** ggf. säubern und in dünne Scheiben schneiden. Die **Zwiebeln** und den **Knoblauch** schälen und fein würfeln. Die **Petersilienblätter** abzupfen, die Blätter und die Stängel separat fein hacken. Das **Brühgewürz** in 1,5L heißem Wasser auflösen.



4. Salat zubereiten

Inzwischen die **Beten** schälen und mit einer Küchenreibe grob raspeln. Mit 3-4EL Essig, 1-2TL Zucker und je 1 kräftigen Prise Salz und Pfeffer gut vermengen. **Tipp:** Dabei am besten Küchenhandschuhe und Schürze tragen.



2. Pilze braten

Die **Pilze**, die **Zwiebeln**, den **Knoblauch** und die **Petersilienstängel** in einer großen Pfanne mit 1EL Olivenöl bei starker Hitze ca. 5Min. goldbraun anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen.



5. Käse reiben

Den **Käse** fein reiben.



3. Risotto kochen

Den **Reis** und das **Steinpilzpulver** zum Gemüse in die Pfanne geben und ca. 1Min. mitrösten, dann nach und nach mit der **Brühe** ablöschen und stetig rühren, damit der **Reis** nicht ansetzt. Diesen Vorgang 18-20Min. lang wiederholen, bis die **Brühe** aufgebraucht und der **Reis** bissfest ist. Evtl. etwas mehr Wasser zugeben.



6. Risotto verfeinern

Den **Käse** und 1EL Butter in das **Risotto** rühren. Das **Risotto** mit dem **Bete-Salat** anrichten, nach Belieben mit der **restlichen Petersilie** garnieren und servieren.